zen
centrum
amsterdam

zensor...

zensor 59 najaar 2012

Dharmanaam

安

Vreedzame berg
Bron van geluk
Wereld zen

山

Zensor 59 herfst 2012

智鑑

Angyo Peacemaker Ansui Peaceful Calm Water or Spring Bankei Ten Thousand Blessings Bassui High Above The Average Bodhidharma All-Pervading Enlightened Mind Chen-chio True Enlightenment Chikan Wisdom Mirror Chogetsu Bright Moon Chorei Transparent Spirituality

Daido 大道 ***Great Way***

Redactioneel

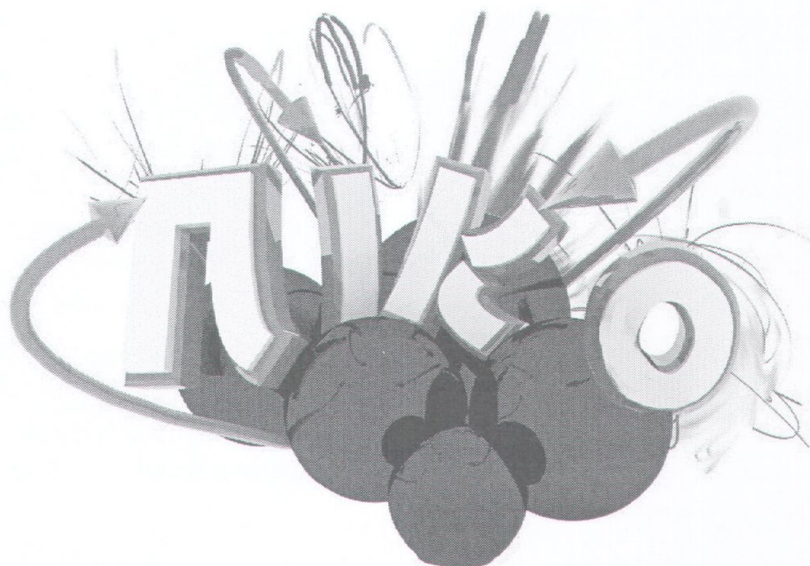
Deze Zensor gaat over de dharmanamen die we toegekend krijgen tijdens een jukaiceremonie. Nico vertelt iets over hoe hij daarbij meestal te werk gaat. Omgekeerd vertellen de drie mannen die afgelopen juni jukai hebben gedaan (Nick *Zenkai* Borgerdijn, Willem-Jan *Senko* Hop en Michel *Anzan* Kok) hoe het ontvangen van hun dharmanaam in zijn werk is gegaan, en wat deze naam voor hen betekent.

Ook anderen hebben ons spontaan iets gestuurd over hun dharmanaam: Jacky Ware *Dharma* Demmers, Joke *Heldere Dharma Traan* Huiberts, Dirk *Horai* Beemster (alias *Mister Silence Please*), en Patrick *Avalokiteshvara* van der Hofstad. En ook de zenstudent besluit de stap naar jukai te nemen. Hij mag voortaan als *Bakka anchu* to door het leven gaan ...

Naast de gebruikelijke rubrieken (De Sangha en de haiku-hoek) bevat deze Zensor ook een uitvoerige bijdrage van Maurice over het bezoek van Brian Victoria, afgelopen juni, aan de VU en de zendo.

Wat mij betreft is deze Zensor tevens een afscheid als redaktielid. Door mijn nieuwe werkkring aan de VU moet ik zoveel extra ballen in de lucht houden, dat ik blij ben het Zensor-balletje te kunnen overspelen naar capabele opvolgers. Annemiek Deerenberg en Stefan Slings zullen de redactie komen versterken, naast Jacqueline en Maurice. Ik denk met veel genoegen terug aan de fijne redactievergaderingen van de afgelopen jaren, en ben blij dat een mooi blad als de Zensor kan blijven voortbestaan met zo'n dankbaar en aktief lezerspubliek als jullie.

André



Een innerlijke opdracht

De gewoonte om een beoefenaar die 'intreedt'een speciale naam te geven, is niet exclusief boeddhistisch. Een katholiek die het klooster ingaat, krijgt ook een nieuwe naam, meestal van een heilige uit het verleden. Ook de jukaiceremonie is een nieuw beginpunt. En om dat vorm te geven krijgt de student naast zijn wereldse naam een dharmanaam. Aldus Niko.

Door ***Jacqueline Oskamp***

Hoe kies je een naam?

'Het is mijn bedoeling om een naam te geven die, voor degene die hem krijgt, een soort programma inhoudt. Iets om naar te streven, een innerlijke opdracht die je je in de loop van je leven steeds opnieuw kunt stellen. Ik hoop dus dat de naam die ik verzin een beetje past. En daarom vraag ik vooraf altijd aan zo'n leerling: wat interesseert je? Wat vind je moeilijk of makkelijk? Wat vind je mooi?'

Hoe zoek je een naam?

'Aanvankelijk wilde ik Nederlandse namen geven. maar ik ben daar weer vanaf gestapt, eigenlijk zonder goede reden. Ik ben daar niet zo consequent in. Nu gebruik ik een lange lijst namen die je op internet kunt vinden. Daarop staan Japanse, Chinese en Koreaanse namen met de vertaling. Daaruit maak ik een keuze. Vooralsnog is de voorraad groot genoeg. Sanskriet kan ook heel mooi zijn. Ingrid heet Boeddha Lochana. Dat betekent 'Het oog van de Boeddha'. De opdracht is: kijk als de Boeddha. Heel mooi.' Sommigen dragen zelf een naam aan. Is dat niet erg brutaal? 'Ik zeg altijd: 'Ik denk erover na, maar laat me vrij hem al dan niet over te nemen.' Belangrijk is of diegene komt met iets om naar te leven. Een eigen suggestie kan heel behulpzaam zijn. Overigens is het tot nu toe weinig gebeurd. André heeft gevraagd of hij 'hij die verontrust is

door Avalokiteshvara' mocht heten, maar dan de ingewikkelde Chinese variant daarvan. Dat past helemaal bij André. Hij is een groot Maria-vereerder.'

Wat is het effect van een naam in de training?

'Dat vind ik moeilijk te zegen. Op den duur vergeet ik die namen natuurlijk weer. Slechts een enkele keer kom ik erop terug tijdens daisan. Als iemand dan een vraag stelt, zeg ik: 'Wat was jouw naam ook alweer?', terwijl ik me die heel goed herinner. Weet je wat leuk is? Formeel gaat de procedure voor daisan als volgt: je komt binnen, maakt een buiging, gaat op je hielen zitten en zegt in gassho je dharmanaam. De leraar weet dan meteen weer hoe het zat. Alleen als het een Japanse naam is, weet ik niet of ik de vertaling wel paraat heb.^Je hebt in de traditie ook namen als Grote Achterlijkheid. Ik vermijd dat, maar er zit natuurlijk wel een bedoeling achter. Inzake het grote mysterie van leven en dood zijn we allemaal achterlijk. Het is goed als je naam je confronteert met die onwetendheid.'

Hoe zit het met jouw eigen dharmanaam?

'Bij jukai kreeg ik de naam Sojun – 'authentieke dharma'. Die naam heb ik te danken aan Maezumi Roshi. Hij was met Genpo, toen nog als sensei aangesproken, op toernee door Europa en ze kwamen naar de Tiltenberg voor een sesshin. Genpo had ons aangespoord jukai te doen, omdat Maezumi dat zo mooi vond. We waren met een stuk of twaalf studenten, onder wie ook Genno Roshi uit Parijs. Genpo en Maezumi hebben samen onze namen verzonnen. Ik was heel blij met Sojun. Het is de tweede naam van de zenmeester Ikkyu. Overigens ging dit zonder overleg en ik denk dat het toeval was dat ik die naam kreeg.'

Nu heet je Niko.

'Bij de dharmatransmissie krijg je weer een nieuwe naam. Ik vroeg Genpo of ik mijn eigen naam niet kon houden. Hij wilde daarover nadenken en zei uiteindelijk: 'Waarom niet Niko met een k?' Wanneer wij met elkaar correspondeerden, spelde hij mijn naam altijd al zo. Hij had die naam gevonden op een lijst. Niet een lijst met namen, maar een met karakters. Dus SHO,

BO, KO of NI – en die kun je allemaal aan elkaar plakken. Zo kwam hij bij Niko, en hij ontdekte dat NI 'breder' betekent en KO 'nog breder'. Dat vond hij mooi: 'breder dan breder'.

Kun je wat met die naam?

'Nee, daar heb ik niets mee. Hoewel! Genpo Roshi vertaalde Niko met 'Beyond' en voor mij zit daar een opdracht in: altijd verder te gaan, nooit tevreden te zijn, nooit te denken iets bereikt te hebben. Maar nog meer heb ik iets met Sojun. Wat is 'authentieke dharma'? Bestaat er wel zoiets? Is het mijn eigen idee over authenticiteit? Of die van de traditie of school waartoe ik behoor? Dogen deed wel degelijk uitspraken over wat authentieke zen was. Ik vind dat je daar voorzichtig mee moet zijn. Want zo'n ijkpunt is er niet. Natuurlijk is dat ook weer een opvatting, maar ik zie althans geen ijkpunt, iets wat vastligt. Dat is ook het mooie, want uiteindelijk gaat de hele beoefening over bevrijding. Je bent volstrekt vrij om het waar dan ook mee eens of oneens te zijn – maakt niet uit welke stroming, filosofie of religie. En vanuit die vrijheid kun je wellicht weer heel coherente uitspraken doen.'

Nomen est omen

Eigen naam: VONK

Getrouwde naam: LEMAIRE = de burgemeester

Dharma naam: Ryu zen : dragon zen

Voila:

Maria Lemaire-Vonk-Ryu zen

Senko

Door **Willem-Jan Hop**

Senko, een naam die elke dag uitdaagt.

Senko, bron van gelukzaligheid. Een naam die de zenlat hoog legt, die inspireert en motiveert om verder te gaan, door te gaan met wat ik heb beloofd tijdens de jukai. Met de toevoeging van Nico tijdens de jukai; 'het stroomt, de bron stroomt, zorg dat het blijft stromen...'

Het is een grote naam. Zelfs zo groot dat ik hem, als ik de betekenis moet uitleggen, vaak met een grote terughoudendheid uitleg. De jukai was voor mij een zeer persoonlijk en intiem samenzijn, overigens de hele zomersesshin was dat voor mij, van hart tot hart zoals Ton Lathouwers intimiteit omschrijft. De jukai, de belofte en de naam voelen als een intieme, grote gebeurtenis.

Het is ook een naam die me er dagelijks aan herinnert dat er een bron van gelukzaligheid is, een hoger iets dat stroomt omdat het stroomt, zonder denken of doen. Dit is meteen de moeilijkste kant van mijn gegeven naam: er zijn namelijk zoveel momenten op een dag dat je zeker weet dat het niet stroomt. Als het stroomt, stroomt het, en ik weet dat ik het niet ben, maar het brengt steevast een glimlach op mijn gezicht en ik voel me ook intens blij. Een naam die constant helpt bij zelfonderzoek.

Bij deze mag ik ook iedereen bedanken die aanwezig was en hartverwarmende cadeautjes gaf.


GAKUDO
GIKAN
FUGAN
OSHIN
DOIN
SENKO
DAIDO
SEISHIN
KYODO
JIFU
JITOKU
MYOHO
KOREN
DAISHIN

Uit naam van de dharma...

door **Maurice Maarssen**

Een boeddhistische naam. De belofte 'het kwade te vermijden, en het goede te doen'. Het biedt nog geen garanties dat men van dat kwade verschoond blijft, of dat er geen moreel verwerpelijke keuzes meer worden gemaakt. Verlichting zorgt ook niet voor immuniteit in deze. Getuige de woorden en het gedrag van (verlichte) zenmeesters en andere boeddhisten in het verleden, maar ook nog anno nu, inzake oorlogshitserij, imperialisme of terreur. Dat verleent de belofte 'waakzaam te blijven' des te meer urgentie.

Op uitnodiging van André van der Braak hield onderzoeker en boeddhistische 'luis in de pels' Brian Victoria (Zen at War, [1997/2006] en Zen War Stories [2003]) op 4 juni jl. een lezing en een dharmales over de duistere kant van zen en oorlog. In de lezing, overdag aan de VU, hield hij vooral de rol van D.T. Suzuki binnen het japanse imperialisme in aanloop naar de Tweede Wereldoorlog tegen het licht. 's Avonds in de zendo schetste hij een breder beeld over de relatie tussen zen, oorlogsgeweld en propaganda, en die tussen religie en imperialisme in het algemeen. Voor degenen die er niet bij waren, maar ook voor hen die er wel bij waren, volgt hier een beknopt verslag van zijn dharmales. Met dank aan Jarmila, die mij de geluidsopnamen van die avond ter beschikking stelde.

'Velen van ons, vanavond hier aanwezig, zijn eigenlijk een soort bekeerlingen. Of ons oude geloof beviel ons niet... teveel kruistochten, teveel bijgeloof. Of we hebben geen oud geloof, en zijn om andere redenen niet tevreden. Hoe dan ook, we zien graag (misschien al te graag) dat nieuwe geloof als beter dan, en zonder de zwarte franje van het oude (on)geloof. Menselijk, al

te menselijk, en psychologisch gezien ook begrijpelijk.'

De toon is direct gezet. Victoria vervolgt: 'Het slechte nieuws is dan dat ook dat nieuwe geloof bij nader inzien niet zo ideaal is als het op het eerste gezicht leek. Zie mij dan maar als de 'slecht nieuws boeddhist'.'

Victoria citeert een flaptekst uit Zen at War, van ene Martin Marty: 'Positief denkenden en de PR verzorgers van de kerken... zien religie vooral als 'goed nieuws'. Apologeten van de kerken bagatelliseren graag de ongemakkelijke kanten van religie... de destructieve elementen van religieuze impulsen lees je niet terug in de advertenties van de kerk van je keuze. Toch, omwille van de waarheid... zou men acht moeten nemen van dat aspect van religie, dat het op de voorpagina van kranten houdt... dat het doodt!' 'Ik,' zo gaat Victoria verder, 'zou dat willen nuanceren in: het kan doden, of religie kan worden misbruikt om te doden. Nu zijn wij boeddhisten, vooral ook in meditatie, bezig met de zoektocht naar waarheid. Je zou dus verwachten dat misbruik en geweld van juist ons eigen geloof door onszelf herkend wordt.

Zen at War was bedoeld als een algemene introductie, een soort van overview met betrekking tot zen en (oorlogs)geweld. Het vervolg Zen War Stories gaat specifiek en dieper in op zenmeesters en wat zij zoal zeiden op dit gebied, en laat dus een minder glorieuze, maar ook een meer menselijke kant van hen zien. Kanten die wij allemaal hebben, en die we liever niet aan anderen laten zien.'

Dan citeert hij drie bedenkelijke uitspraken van Yasutani Roshi, dharmavoorouder in de zca-lineage. De eerste over de superioriteit van het japanse boeddhisme en de keizer, de tweede over de mahayanagelofte van het niet doden door juist de vijand te doden, de derde over de wereldwijde joodse samenzwering. 'Hieruit blijkt wel dat de zentraditie een probleem heeft, een koan! In plaats van weg te kijken, weg te lopen of helemaal op te houden met de beoefening , zou dit 'slechte

nieuws' juist een aansporing moeten zijn tot zelfonderzoek, en het stellen van een algemenere vraag: waarom gaat religie zo vaak gepaard met geweld, en waarom kent bijna ieder geloof zijn eigen 'heilige oorlog'?' Victoria verwijst naar een artikel dat hij hier recentelijk over schreef, en dat verscheen op het web in 'Religion, Conflict and Peace'.

Maar er is nu wel iets meer begrip voor zijn kritiek in de zuid-oost-Aziatische landen, waar het boeddhisme vaak de status heeft van staatsgodsdienst. Want ook het boeddhisme kan in dezelfde valkuilen lopen als andere staatsgodsdiensten.

'De singalese sangha op Sri Lanka zegende in de laatste strijd tegen de Tamil-minderheid de wapens en de troepen, zoals zo vaak in het verleden al. Thaise monniken gaan in een geforceerd bekeerd deel van het land, waar voorheen een minderheid van moslims bestond, op bedeltocht met pistolen onder hun robe.'

Maar ook in het westen is de boeddhist niet enkel vredelievend of geweldloos. 'In het amerikaanse leger leiden militaire, boeddhistische kapelaans meditatieretraites voor soldaten, om ze vervolgens hun oorlogswerk te laten doen in Irak en Afghanistan. Net als in Japan in WO II kan ook hier door eenpuntige concentratie in meditatie een betere soldaat opstaan. Samadhi als wapen.' Victoria legt uit dat als een militaire, boeddhistische (of christelijke - om het even) kapelaan in uniform, betaald door regering en leger, een begeleidende hand moet uitreiken naar sanghaleden in het leger, zodat ze beter hun werk kunnen doen (de vijand doden), dat dát op zijn minst moet worden gezien als een onmogelijke spagaat. Zo niet als regelrecht misbruik van het boeddhistische geloof.

'Het blijft niet beperkt tot zen. Zo stond de Dalai Lama in de jaren vijftig en zestig op de loonlijst van de CIA, en werden tibetaanse boeddhisten in Amerika getraind tegen China.
Op de vraag of dit wel te verenigen is met de boeddhistische voorschriften, antwoordde hij in een documentaire, dat wat

soms gewelddadig lijkt toch toelaatbaar is, als het een grotere zaak dient. Het latere, vooral vredelievende imago van de Dalai Lama was misschien eerder een verandering van strategie, noodzakelijk omdat China en Amerika betrekkingen herstelden en opstandigt tibetanen niet meer in het nieuwe beeld pasten.'

Na een waarschuwing aan ons adres, om vooral kritisch te blijven nadenken over een toekomstige rol van nederlandse, boeddhistische kapelaans in ons eigen leger eindigde Brian Victoria's dharmales met drie vragen, vier geloften en drie buigingen.

Onlangs las ik in The Social Conquest of Earth van de befaamde (evolutionair) bioloog E.O.Wilson het volgende. En moest gelijk denken aan de avond met Victoria.

'The evidence that lies before us in great abundance points to organized religion as an expression of tribalism. Every religion teaches its adherents that they are a special fellowship and that their creation story, moral precepts, and privilege from divine power are superior to those claimed in other religions. Their charity and other acts of altruism are concentrated on their coreligionists; when extended to outsiders, it is usually to proselytize and thereby strengthen the size of the tribe and its allies. No religious leader ever urges people to consider rival religions and choose the one they find best for their person and society. The conflict among religions is often instead an accelerant, if not direct cause, of war.'





What's in a Dharma name?

door **Nick Borgerdijn**

In juni mocht ik samen met twee brothers in arms jukai doen. Van Nico kreeg ik toen de dharmanaam Zenkai, wat 'heel de wereld zen' betekent.

'heel de wereld zen'

Nog een keer: 'heel de wereld zen'

Bij het horen van die naam overvalt mij een soort kinderlijke blijdschap. Ik kan er ook niets aan doen, zo is het gewoon. Het beste kan ik het uitleggen met het gevoel dat ik als jongetje had wanneer ik 's morgens vroeg wakker werd en het gesneeuwd had. Het hele huis nog stil. Met je pyjamaatje aan kijk je tussen de gordijnen door, kin op de vensterbank, en ziet de grote vlokken plechtig neerdalen in een witte wereld. Geen woord. Geen binnen en buiten. Alleen maar dat. Onbeweeglijk maar toch heel aandachtig.

- 'Zen guy?' vraagt mijn oudste dochter nieuwsgierig.
- 'Nee, Zenkai! Met een k.'
- 'Wat ga je eigenlijk doen met die naam?', vraagt zij later. 'Gaan we je nu Zenkai noemen?'
- 'Nou nee... dat dacht ik niet.'
- 'Maar hoe dan wel?'

Ooit stilgestaan bij het verschijnsel dharmanaam? Ik adviseer dat niet te lang te doen, want dan wordt het een soort van denkoefening. Maar bijzonder is het wel, dat verklap ik vast. Laat ik hier volstaan met een paar gedachten, die ik langs de kant van mijn weg vond.

Allereerst, namen dienen natuurlijk om individuen te onderscheiden. Dat is handig en praktisch en daarom krijgen mensenkinderen bij hun geboorte een voornaam. Maar er is meer. Mensen hebben namelijk ook de neiging zich met hun naam te identificeren. Zo'n naam doet iets met je. Onder andere om die reden namen getrouwde dames (vroeger) de achternaam van hun echtgenoot aan. Nog een paar voorbeelden: Als iemand in een druk gezelschap jouw naam noemt, wil ik wedden dat het je opvalt. En als ik drie willekeurige namen noem – Jan, Nico, Ingrid – en je kent iemand met een van die namen, dan krijg je daar vanzelf een bepaald gevoel bij. (Wacht maar tot je een andere Nico ontmoet, dat is toch even wennen.) Kortom, eigennamen dienen niet alleen om mensen uit elkaar te houden. Je identificeert je er ook mee én ze geven af.

Dus wat kan een dharmanaam hier dan nog aan toevoegen? Qua herkenning weinig (ik had al een naam). Het antwoord ligt eerder in de beide andere aspecten: een dharmanaam doet iets met je en jij doet iets met die dharmanaam.
Met jukai koos ik publiekelijk voor een perspectiefverschuiving in mijn leven. Een bewuste keuze om het pad te gaan van wat mij ten diepste raakt. Jukai is de bezegeling van dit verbond en de dharmanaam het zegel.

Voor mij is mijn dharmanaam daarmee een uitdaging en een inspiratie. Hij helpt mij herinneren aan mijn voornemen en inspireert om ermee aan de slag te gaan. In de geest! Met een nieuwe naam, in de geest! Zenkai: heel de wereld zen. Zou dat niet perfect zijn? Of nee, kijk eens, misschien is het al perfect.

Wat is er in een naam?



door **Gita Sonnenberg**

De zenstudent kon zich niet meer precies herinneren wat hem ertoe had gebracht om jukai te doen. Meestal gaf hij er een sociaal acceptabele draai aan, zoals: ´het voelde goed´, of ´het werd tijd dat ik mijn beoefening serieus ging nemen´. Dat waren geen leugens, maar het was ook niet de waarheid. Het meest waarschijnlijk was een zoeken naar een gevoel van rust, van in-orde-zijn. Van niets meer hoeven. Maar daar hoefde je in de zendo niet mee aan te komen. Rust, dat was voor beginners.

En dus bracht hij zijn motieven niet meer ter sprake in de gesprekken met zijn lerares. Maar als hij terugkeek op al die keren dat hij zichzelf naar zijn kussen had gedirigeerd, dan was steeds zijn verlangen geweest: rust. Een neerdalen van stof. De vogels horen fluiten. De kat zachtjes voor zijn neus op en neer horen drentelen, totdat ze zich een goed plekje in de driehoek van zijn gekruiste benen had gevonden. Natuurlijk wilde hij ook verlicht worden, dat leek hem prachtig. Maar dat was niet wat hem tot het zitten dreef. Het was het heilige niets, de spirituele stilte.

Ergens vond hij het natuurlijk maar infantiel. Jaja, mijnheer wil gewoon terug naar de baarmoeder, weg van de verantwoordelijkheden van het volwassen leven. De oersoep in, naar de oceanische ervaring. Zo freudiaans! Bovendien was hij er niet aardiger door geworden, door zijn streven naar rust. Integendeel. Een zekere lichtgeraaktheid had zich in hem ontwikkeld. Ontgoocheld had hij onder ogen moeten zien hoe hij blijkbaar niet alleen voor zichzelf rust wilde, maar ook voor alle andere mensen om hem heen. Die moesten ook rust hebben en tot rust gemaand worden. In de trein moesten ze stil zijn, vooral ´s morgens vroeg als zijn overgevoeligheid op zijn ergst was, en op de weg terug ook bovendien. Stil moest het zijn, en rustig. Als mensen nou maar rekening met elkaar zouden houden! Beleefd zouden zijn en aardig! Maar tegenwoordig ging het van kwaad tot erger. Zelfs tijdens zijn jaarlijkse, stille sesshin werd door een aantal van zijn zengenoten gekletst alsof men elkaar al jaren niet had gezien, en het ook allemaal beslist nu gezegd moest worden. Tijdens een stille sesshin! In de gang, zodat

het hele gebouw werd opgeschrikt door hun oeverloze geouwehoer!

Ook in de zendo werd tegenwoordig gekletst, moest de zenstudent knarsetandend aanhoren. Maar het toppunt was toch wel dat er mensen waren (hij was nog niet zo verlicht dat hij hen ook 'dharmabroeders en zusters' noemde) die rustig na het begin van de zit nog aan durfden te bellen. Als de rust net was teruggekeerd. Het stof gedaald. De vogels floten. Zijn zengenoten met hem in stilte het leven aangingen. Hun pijn, hun geluk, hun verveling. Zijn pijn, geluk, verveling. Samen. Stil.

Tring!

Die stomme rotbel!

De zenstudent wist dat hij het volste recht van de wereld had om te klagen. Maar hij bereikte daar niets mee. Omdat hij geen kant meer uit kon en hoopte op een wonderbaarlijke transformatie, besloot hij jukai te doen. Dat hij er een streven naar verlichting door zou ontwikkelen. Dat hij tot inzicht zou komen. Dat hij als een en al vredige aandacht door het leven zou gaan. Te beginnen met het aandachtig in elkaar zetten van zijn rakusu.

Enkele maanden later was het zo ver. Zijn rakusu was veranderd van een hoopje rafelige lapjes in een samenhangend zwart en stemmig geheel. Met hulp van zijn moeder en drie hulpvaardige dharmazusters was het dan toch gelukt. Trots had hij het geheel aan de leraar overhandigd. Maak er wat moois van. En natuurlijk was hij benieuwd wat voor naam de leraar er op zou schrijven.

Van tevoren had de zenstudent de leraar laten weten wat hem zoal bezighield, en hij had geen blad voor de mond genomen. Hij had het er allemaal eens lekker uitgegooid. Nu was het moment aangebroken dat zijn eigen persoonlijke dingetjes in het leven door een filter van wijsheid gesijpeld waren, gedestilleerd door jaren van beoefening en aandacht.

Het moment was daar, de ceremonie gaande. De zenleraar keek hem plechtig aan en zei zijn naam. Bakka anchu to. Dat betekent ´Dichte Deur´.

Daar kon hij het mee doen.



De Sangha

Naam: **Maarten Grondel**
***Zenpraktijk sinds* 2009**

Wat was voor jou de aanleiding om aan zen te gaan doen?

De eerste kennismaking met de praktijk van zen was bij Meindert in 'de Roos'.Toen Meindert besloot daar te stoppen, ben ik bij hem op de donderdag gaan zitten.Belangstelling voor het boeddhisme was er al heel lang, eigenlijk toen mijn oudste zus mij Siddharta van Hesse had gegeven, op mijn twintigste. Lang bleef het een mooi verhaal, een levensbeschouwing, een manier om tegen het leven aan te kijken. Vooral na mijn veertigste kwam zen meer in beeld. Na I Ching en Tao kwam ik bij D.T. Suzuki terecht. Zijn prachtige verhalen, beelden vol humor (Han Shan\Kanzan en Shihte\Jittoku) en wijze lessen deden mij belanden in de Lotus soetra. De waarheid van de weg, de leer van de

Boeddha in de praktijk brengen, was echter nog heel ver weg. Het bleef lang een ver, onbereikbaar ideaal. Totdat Mu Sho sensei mij uitnodigde al mijn gedachten, ideeën en zorgen los te laten en me op het kussen te beperken tot aandacht voor het nu, hier in de zendo.
De ervaring van rust en ontspanning tijdens en na zazen merkte ik ook thuis. Zen heeft voor mij niets religieus, het is een manier van naar het leven kijken en er bewust deel van zijn. De eerste stappen op de weg naar het opheffen van het lijden zijn gezet. Nu moet het besef nog groeien dat dit voor mij de enig mogelijke weg is...

Waarmee vermaak je je op het kussen?
Een koan, begrippen als karuna om te overdenken, maar ook herinneringen of knutselen aan een gedichtje in mijn hoofd.

Waar spoort zen je toe aan?
De dingen anders te doen, geen gebaande paden te gaan. 'Niet handelen' is ook een oplossing voor veel dingen. Problemen zijn er om goed te bekijken en dan los te laten.

Wat leidt je af van de zenbeoefening?
Voeten die vaak gaan 'slapen'. Het lichaam werkt niet altijd mee. Toch houdt het me niet tegen te gaan zitten, de beloning is bijna altijd ontspanning.

Welk zenboeddhistisch woord spreekt je het meest aan?
Aandacht. Alles doen met volledige aandacht. Met aandacht zitten. Maar ook koken of luisteren. Er is maar een manier om de dingen goed te doen: met volle aandacht.
Aandacht leidt tot liefde voor de ander en jezelf.

Wat is voor jou de grootste valstrik in zen?
Het ik met zijn altijd fladderende ik-gedachten, die afleiden van het zien van de werkelijkheid in de wereld om ons heen.



Avalokiteshvara

Door **Patrick van der Hofstad**

In september 2006 ontvingen Cornelia Wierenga, Mariske Pemmelaar en ik jukai. Als locatie was gekozen voor het paviljoen van modeltuinencomplex Makeblijde in Houten, in de buurt van Utrecht, waar wij ieder al vele trouwe jaren de lessen van Nico bezochten. Van Nico mochten we kiezen tussen een nederlandse, pali, sanskriet of japanse naam. Ik had liever geen nederlandse naam, maar verder geen voorkeur. Avalokiteshvara was de naam die ik kreeg. Ik was vereerd om vernoemd te worden naar de bodhisattva van het mededogen, maar ervoer het ook als opdracht die een belasting voor me was. In januari 2004, toen Nico op Ameland transmissie ontving van Genpo Roshi, had ik een indrukwekkende ervaring gehad. Deze ervaring bouwde zich op tijdens de meditatieperioden in de dagen na een intensief Big Mind weekend in het midden van de sesshin. Ik nam heel precies waar hoe ik mijn zelfbeeld en eigenwaarde, mijn ego, opbouwde door anderen voortdurend te be- en veroordelen, om de onbenulligste redenen. Mijn idee, dat ik net als ieder ander in principe een goed mens was, begon te wankelen. Anderhalf jaar heb ik gevochten tegen het voortdurende oordelen, tot ik zelfs op het schoolplein, wachtend op mijn dochtertje, geen normaal gesprekje meer kon voeren. Tot ik een zinnetje las in Nico's 'Vormen van oneindige leegte' en begreep dat ik in relatief opzicht nooit het goede zou kunnen realiseren en het kwade achterlaten, maar dat ik in absoluut opzicht de perfectie volledig belichaam. Dat wetende, durfde ik de illusie dat ik een goed mens was achter me te laten. Tegen die achtergrond was het bijzonder om de naam Avalokiteshvara te krijgen. Er volgde een louteringsproces van enkele jaren, waarin ik me langzamerhand ging realiseren wat ik wel gelezen had maar nog niet realiseerde: dat de bodhisattva van het mededogen zich in mij volledig manifesteert, dat er niets te halen is in dit opzicht. En dat het tegelijkertijd mijn dagelijkse taak is om liefdevolle vriendelijkheid te beoefenen en zo de bodhisattva in mijn leven te realiseren. Het absolute en relatieve raken elkaar in mij, als twee pijlen midden in de lucht. Mijn dharmanaam is voor mij een opdracht geworden om mijn bodhi-sattva (heilig-zijn) elke dag te beoefenen (relatief) en te realiseren (absoluut). Ik ben Nico hier heel dankbaar voor.

HAIKU-HOEK
door Stefan Slings

Herfst

De woensdagavondgroep gaat sinds kort jaarlijks in de
weekend naar Texel voor een korte retraite. Vorig jaar, t
duinwandeling in stilte, kwam deze paddestoel in de b
ling te staan. Voor deze haiku-hoek heb ik vier herfstha
Bashô vrij vertaald uit de engelse vertalingen van Jane
De laatste haiku is van eigen hand.

De stem van de wind
die tegen de schuifdeur beukt
gaat dwars door mij heen

De maanreflectie
op deze zwoele herfstnacht -
Nieuwjaar der ogen

Bashô

herfst een
ijdens een
langstel-
ku's van
eichhold.

Geschreven brieven
- geen geharkte bladeren -
verbrand na 't lezen

Herfst is gekomen
en brengt bezoek aan mijn oor
op een windkussen

Bashô

Een gebroken tak
nu beweegt er niet één blad -
stilte na de storm

Anzan: de veilige, vredige berg

door **Michel Kok**

Zondag 1 juli heb ik samen met Willem Jan en Nick jukai mogen ontvangen van Sojun sensei. Tijdens deze jukaiceremonie heeft Sojun sensei, met het uitreiken van de rakusu, ook voor de eerste keer onze dharmanaam uitgesproken. Als derde mocht ik mijn rakusu ontvangen en sprak Sojun sensei mij aan met de naam: Anzan. Een naam met een krachtige eerste indruk, die voornaam klinkt. Ik spreek een beetje japans en Anzan kwam mij niet direct bekend voor, mijn eerste reactie was: dat klinkt als een van de Pokemon-poppetjes van mijn zoon.Het geven/ontvangen van een dharmanaam staat symbool voor het 'nieuwe' tijdperk dat mijn leven ingaat, door middel van het ontvangen van jukai. Meer dan voorheen wil ik werken aan het met respect inspireren en liefhebben van de mensen, dieren en ander leven om mij heen. Dat is nu niet iets wat ik koppel aan bijvoorbeeld Pikachu...

Na de uitreiking van de rakusu volgde de uitleg door Sojun sensei: Anzan, een vredige, vreugde volle berg. Vaak heb ik bergen beklommen, vaak heb ik de Fuji-san in Japan mogen bewonderen vanuit de trein. Ontegenzeggelijk ervaar ik een rust en waardigheid van de berg. De vreugde kan snel omslaan naar lijden, menigmaal ben ik uitgegleden en gevallen. Ook de rust is snel verdwenen als de aarde trilt als gevolg van weer een aardbeving, wat overblijft is de berg.

Vrede en vreugde zijn menselijke gevoelens en die zal ik in mijzelf moeten zoeken. Ik ben gelukkig, wat moet ik met nog meer vrede en vreugde? Dat kan ik volgens mij niet eens aan.

Zazen is voor mij een middel om te werken aan het handhaven en verdiepen van mijn geluk. Wat moet ik dan aan met mijn naam: vredige, vreugdevolle berg?

Betekent Anzan dat ik er al 'ben', beschrijft de naam mijn huidige staat van 'zijn'? Hoef ik voor de rest van mijn leven alleen nog maar te zitten? Rest mij enkel nog shikantaza? Ik vermoed

ergens een valkuil.

Dan maar op zoek naar de schrijfwijze van Anzan. In het chinees en japans heb je de karakters (kanji) die een naam, naast een uitspraak, ook een betekenis verlenen. Wat zouden de kanji zijn die bij mijn naam horen? Dharmanamen zijn geen 'dagelijkse' namen, en kom je normaal gesproken niet tegen in het japanse leven. De diepere boeddhistische betekenis van een dharmanaam is voor de gemiddelde japanner geen dagelijkse kost. De eerste reactie van mijn vrouw was dat de naam Anzan het volgende betekent: soepele bevalling!

Het eenvoudigste karakter om te vinden is zan/san. Er is één kanji met de betekenis 'berg' die daarvoor in aanmerking komt: 山**.** De moeilijkheid zit hem in 'an'. Het volgende karakter komt wat mij betreft in aanmerking: 安 = an, deze kanji bestaat uit twee delen: dak (bovenste deel) en vrouw ***(***女***)***,en betekent veilig, vredig. Tezamen maken de kanji 安山**.**

Als ik de naam op deze manier ontleed kom ik bij een toepasselijke uitleg: veilig en vreedzaam (door de/een vrouw onder mijn dak) als een berg. Het is maar wat je erin wilt zien, ik weet alleen niet wat ik hiermee moet op het kussen?

Zitten als een berg: onbewogen, stabiel, niet ongevaarlijk door de kloven en dalen.

Zitten op de koan: veilig en vredig met/door een vrouw onder mijn dak!

Waarschijnlijk is het mijn vooringenomenheid die denkt dat ik dat alles al heb, terwijl ik eigenlijk pas begin en niets 'heb'. Gewoon zitten en zijn, zou dat de oplossing zijn? Anzan is een mooie naam waarvoor ik dankbaar ben. Misschien heeft iemand een andere uitleg voor de betekenis en/of de kanji, dan hoor ik het graag. Deze zomer ga ik er eens lekker voor zitten en ik kijk uit naar de eerstvolgende daisan met Sojun sensei. Ik hoop dan zelf wat 'verder' te zijn, en waarschijnlijk helpt Sojun sensei mij anders wel verder. Een goede start van het najaar toegewenst in de zendo. Tot zits. Groet, Anzan

HELDERE DHARMA TRAAN



Door **Joke Huiberts**

1992 Tiltenberg, Sesshin.
Ik huil veel in die tijd : Pijn, verdriet, angst, woede en onmacht smelten door ontroering : In de dharma herken ik mijn persoonlijk leven.
Mijn persoonlijk leven is de dharma.
Ik leer buigen en (h)erken mijn diepste wens :
Kanzeon : Moge alle wezens gelukkig zijn !
In daisan vraag ik om jukai.
Officieel, binnen de hiërarchie van de zentraditie, is dit nog niet mogelijk.
Uit liefde en dankbaarheid wil ik 'wachten' tot Nico het mag geven.
Wel ontvang ik nu mijn dharmanaam
en vertelt Nico over de christelijke mystieke betekenis van 'de gave der tranen'.

2005 Jukai

2012
Bewogen door het woord 'heldere' in mijn naam.
Wat is helderheid ? Hoe leef ik deze grenzeloze wens, zonder fysiek over mijn grenzen te gaan? Ben ik in staat volledig te vertrouwen, dat wat ik in deze z.g. beperkte vorm doe, of laat, werkelijk alles en iedereen al-tijd tegenwoordig stelt? Heb ik de moed om helder te zien dat dít, zó, hier en nu, volmaakte expressie is van Eén Zijn ?

Geduld blijkt een schone zaak.

Gassho,
Joke

Wie van de drie?



Mijn naam is
Ware Dharma



Mijn naam is
Ware Dharma



Mijn naam is
Ware Dharma

Jacky (Ware Dharma) Demmers

Mister Silence Please

Door **Dirk Beemster**

De dharmanaam Horai (ho = dharma, wet; rai = donder) draag ik sinds de boeddhistische inwijding in 1997. De naam is door mijzelf uitgekozen. Dat is uitzonderlijk. De leraar kiest een naam uit een boekje, waarin meer dan 500 namen staan afgedrukt. Op het kantoor van Tenkei Roshi heb ik er in gebladerd. Je wordt duizelig van de talrijke namen met ‹shin›. Daishin, Mushin, Shin Yo, Genshin, Kushin... Horai vind je niet. In de sangha stond ik indertijd bekend als Mister Silence Please. Die nickname was omdat ik tijdens sesshins in de Tiltenberg in Vogelenzang aan iedereen die ik betrapte op het maken van geluid 'silence please' gebood. Stilte beschouw ik als een heilige voorwaarde bij meditatie. Als er iemand kwebbelde, werd er door mij 'silence please' in het oor gefluisterd. Sommigen werden daardoor tot wanhoop en woede gedreven. Menig zenbeoefenaar is door mijn interrupties belemmerd in de beoefening van mededogen en liefdevolle vriendelijkheid. Zo herinner ik mij Frans K. uit Nijmegen, die na mijn advies ontplofte en schreeuwend door de lange gangen van de Tiltenberg rende. Ik heb hem niet meer terug gezien, net zoals vele anderen, waaronder vrouwen die door mijn fluisteringen hevig schrokken. Zij wisten niet dat de bliksemschichten gevaarlijk zijn, niet het gedonder. Het bleef niet bij influisteringen. De manische gerichtheid op absolute stilte zorgde er voor dat ik de kranten op de leestafel verstopte, piepende deuren oliede, tijdens het werkoverleg boos vroeg of het onder het eten afgelopen kon zijn met de herrie van borden en bestek, en de haan vóór de ochtendmeditatie diep het bos injoeg. Je begrijpt dat mijn instelling een voortdurend groot innerlijk lawaai produceerde. Mijn vermaningen vormden voor mezelf en anderen een obstakel op de Weg. Nu heb ik daar spijt van. Berouw komt na de zonde. Wat zou het grappig zijn als de dharmanaam met mijn obsessie te maken had, dacht ik een paar weken voor de inwijding. Als eerste schoot me spontaan How Yu Semoel te binnen. Meteen werd deze inval verworpen; het woordbeeld is

noord-koreaans en het klinkt niet japans genoeg, eerder enigszins vulgair. Nee, het moest stijlvol zijn. 'Mag ik je engels-japans woordenboek lenen?' vroeg ik aan japanoloog en zenstudent Christa Anbeek. Snel vond ik de naam die bij me paste: Dharma Donder. Mijn toenmalige leraar Genpo Roshi had geen bezwaar. 'Je neemt me werk uit handen,' zei hij. Toen de leraar mijn naam tijdens de inwijdingsceremonie uitsprak, werd er gesmoord gelachen. Enfin, ik volhardde in mijn opdracht en het werd steeds stiller. Toen ging de Tiltenberg dicht voor de zen en werd er een seminarium voor priesters gesticht. De sangha verhuisde naar Ameland. Daar was het kabaal zo overweldigend, er viel niet tegenop te boksen. Ik ben maar mee gaan babbelen, net zoals ik dat in de Amsterdamse zendo altijd heb gedaan. En om af te dalen in het ravijn van stilte biedt de Zen River tempel volop gelegenheid. Nu de onweersbui is weggetrokken, klinkt er enkel zwak gerommel achter de horizon van een ver verleden.

Bijlagen:Japanse tuinen proberen in hun ontwerp een symbolisch equivalent te scheppen voor het paradijs, gebaseerd op de regels van het Zuivere Land boeddhisme. De rotsen hieronder tonen Mount Horai, waarvan wordt gezegd dat Boeddha daar het paradijs betrad. Ze betekenen eeuwig geluk en onsterfelijkheid. ***(bron: www.horai.eu)***



Mededelingen

Zenweekenden

27/28 oktober olv Niko Tydeman Sensei en Lida Kerssies.
24/25 november olv Meindert van den Heuvel
Bijdrage: klein abonnementhouders €85 (of €45 per dag); zonder abonnement €100 (of €55 per dag); inclusief maaltijden.
Sesshin in Vught
Twee keer per jaar is er onder leiding van Niko Tydeman Sensei een Sesshin in Vught. De organisatie hiervan is in handen van Zin. Wil je meedoen dan is het belangrijk je hier ruim van te voren voor aan te melden bij Zin, 073-658 80 00. De data zijn 17 okt t/m 21 okt 2012 (vol) en 1 t/m 5 mei 2013.

City-sesshin

Winter: 28 t/m 30 dec, 9.30 tot 17.30 u

Olv Niko Tydeman Sensei en Meindert van den Heuvel.
Bijdrage: klein-abonnementhouders €105 (of €45 per dag); zonder abonnement €120 (of €55 per dag)



Een Rekbaar begrip

door: Alex Palmboom

Bij mijn wijding meegekregen van de franse zenmeester, dat mijn dharmanaam MU·I 'Zonder Angst' betekende. Nu, na tien jaar via de dharmanamen-website van Tamara Gabrysch gezien dat het 'Man zonder Rang' betekent (Man of no Rank). Met Google vertaald, krijg ik echter: 'Geen Ontzag'. What's next?

Zensor... is
het mededelingenblad
van het Kanzeon
Zencentrum Amsterdam
en een open forum voor
alle leden van de Sangha

voor actuele mededelingen:
www.zenamsterdam.nl

Redaktie
André van der Braak
Jacqueline Oskamp
Maurice Maarssen

administratie
Gita Sonnenberg
gita.sonnenberg@chello.nl

Beeld, beeldredactie & opmaak
Alex Palmboom

Medewerkers
Henk van der Geest
Stefan Slings

Redaktieadres
André van der Braak
e avdbraak@xs4all.nl
Jacqueline Oskamp
e j.oskamp1@chello.nl
t 020 671 2415

Zensor ...4 nummers per jaar
van herfst t/m voorjaar.

Zensor maakt deel uit van het groot en klein abonnement.

De Zensor komt in de zendo te liggen en alle abonnementhouders kunnen een exemplaar meenemen.

De Zensor is los te koop voor €3,- per nummer.

**Copy s.v.p. inleveren als 'platte' text, met op het einde de .txt prefix. Opslaan/ Save As.
en voor de zekerheid ook maar als Word .docx, Plaatjes die erbijhoren (hoogste resolutie) er *los* bijleveren (indien gewenst) dit i.v.m. het verwerken in het opmaak programma.**